

tréninkový plán

5. týden

Jak jsou na tom tvá záda?

výzva

splněno

Řekni ANO:
5 sedům lehům



Řekni ANO:
Hře se sourozencem/kamarádem



Řekni ANO:
Sezení bez hrbení



Řekni ANO:
Modlitbě v kleče místo vleže



Řekni ANO:
3 dobrým skutkům



Řekni ANO:
Uklízení pokojíčku



pojd' na to!

tréninkový plán

5. týden

Jak jsou na tom tvá záda?

výzva

splněno

Řekni ANO:
5 sedům lehům



Řekni ANO:
Hře se sourozencem/kamarádem



Řekni ANO:
Sezení bez hrbení



Řekni ANO:
Modlitbě v kleče místo vleže



Řekni ANO:
3 dobrým skutkům



Řekni ANO:
Uklízení pokojíčku



pojd' na to!

tréninkový plán

5. týden

Jak jsou na tom tvá záda?

výzva

splněno

Řekni ANO:
5 sedům lehům



Řekni ANO:
Hře se sourozencem/kamarádem



Řekni ANO:
Sezení bez hrbení



Řekni ANO:
Modlitbě v kleče místo vleže



Řekni ANO:
3 dobrým skutkům



Řekni ANO:
Uklízení pokojíčku



pojd' na to!

tréninkový plán

5. týden

Jak jsou na tom tvá záda?

výzva

splněno

Řekni ANO:
5 sedům lehům



Řekni ANO:
Hře se sourozencem/kamarádem



Řekni ANO:
Sezení bez hrbení



Řekni ANO:
Modlitbě v kleče místo vleže



Řekni ANO:
3 dobrým skutkům



Řekni ANO:
Uklízení pokojíčku



pojd' na to!

CERTIFIKÁT

ZÁDA

jméno: _____

příjmení: _____

GRATULUJEME!

Získal jsi certifikát za skvělou kondici zad.

Děkuji Ti, Pane, že jsi mi dal záda. Díky, že mohu sportovat i vzít pořádně za práci. Požehnej, prosím, Pane, mým zádům, aby se uměly sehnout k pomoci bližnímu i poklonit se před Tebou.
Amen

podpis: _____

rodič nebo kněz

CERTIFIKÁT

ZÁDA

jméno: _____

příjmení: _____

GRATULUJEME!

Získal jsi certifikát za skvělou kondici zad.

Děkuji Ti, Pane, že jsi mi dal záda. Díky, že mohu sportovat i vzít pořádně za práci. Požehnej, prosím, Pane, mým zádům, aby se uměly sehnout k pomoci bližnímu i poklonit se před Tebou.
Amen

podpis: _____

rodič nebo kněz

CERTIFIKÁT

ZÁDA

jméno: _____

příjmení: _____

GRATULUJEME!

Získal jsi certifikát za skvělou kondici zad.

Děkuji Ti, Pane, že jsi mi dal záda. Díky, že mohu sportovat i vzít pořádně za práci. Požehnej, prosím, Pane, mým zádům, aby se uměly sehnout k pomoci bližnímu i poklonit se před Tebou.
Amen

podpis: _____

rodič nebo kněz

CERTIFIKÁT

ZÁDA

jméno: _____

příjmení: _____

GRATULUJEME!

Získal jsi certifikát za skvělou kondici zad.

Děkuji Ti, Pane, že jsi mi dal záda. Díky, že mohu sportovat i vzít pořádně za práci. Požehnej, prosím, Pane, mým zádům, aby se uměly sehnout k pomoci bližnímu i poklonit se před Tebou.
Amen

podpis: _____

rodič nebo kněz